

# 警告：切勿侵犯版權

閣下將瀏覽的文章／內容／資料的版權持有者為消費者委員會。除作個人非商業用途外，閣下不得以任何形式傳送、轉載、複製或使用該文章／內容／資料，如有侵犯版權，消費者委員會必定嚴加追究法律責任，索償一切損失及法律費用。

《消費者委員會條例》第二十條第(1)款其中有規定，任何人未經委員會以書面同意，不得發布或安排發布任何廣告，以明示或默示的方式提述委員會、委員會的刊物、委員會或委員會委任他人進行的測試或調查的結果，藉以宣傳或貶損任何貨品、服務或不動產，或推廣任何人的形象。有關該條文的詳情，請參閱該條例。

本會試驗的產品樣本由本會指定的購物員，以一般消費者身份在市面上購買，根據實驗室試驗結果作分析評論及撰寫報告，有需要時加上特別安排試用者的意見和專業人士的評論。對某牌子產品的評論，除特別註明外，乃指經試驗的樣本，而並非指該牌子所有同型號或不同型號的產品，也非泛指該牌子的所有其他產品。

本會的產品比較試驗，並不測試該類產品的每一牌子或同牌子每一型號的產品。

本會的測試計劃由本會的研究及試驗小組委員會決定，歡迎消費者提供意見，但恕不能應外界要求為其產品作特別的測試，或刊登其他非經本會測試的產品資料。

# 解構防塵蟎床上用品

部分床褥面料聲稱可防塵蟎，塵蟎是甚麼？  
床上用品怎樣防塵蟎？使用時要注意甚麼？

## 床褥、枕頭隱藏大量塵蟎

塵蟎 (dust mites) 屬蛛形綱 (Arachnida) 節肢動物，有8隻附吸盤的腳，可吸附在棉被、枕頭、床褥等，大小約0.3毫米(mm)，肉眼一般不能看見。塵蟎較易在潮濕、溫暖及陰暗的環境生長，以人體掉落的皮屑為食物，加上人體體溫、睡覺時出汗和呼吸時帶出的濕氣等，便提供了一個適合塵蟎滋長的環境，因此，床褥、枕頭等經常隱藏着大量塵蟎及其排泄物。

## 塵蟎可導致過敏反應

塵蟎或其排泄物或會令人產生過敏反應，特別是兒童或其他易過敏人士 (例如濕疹病患或哮喘患者)，包括咳嗽、打噴嚏、流鼻水、眼睛紅腫、皮膚發紅甚至氣喘等過敏症狀。此外，塵蟎的糞便更含有一種特別的蛋白質，這些物質經呼吸進入人體後，有機會令部分人產生過敏反應，亦有可能令哮喘病患者的病情加劇。

香港醫學會會董及皮膚專科醫生陳厚毅表示，一般人未必會對塵蟎有過敏反應，因此毋須過份憂慮家居的塵蟎，但家中若有鼻敏感的兒童或易過敏人士，則需多加注意。



聲稱防塵蟎的產品標示

## 由寢具開始減少塵蟎數量

呼吸系統科梁宗存醫生表示，鼻敏感 (allergic rhinitis) 是本港兒童第二常見的慢性病，病徵包括打噴嚏、流眼水及鼻水、鼻塞等，不同患者對不同的致敏原會產生不同程度的過敏病徵，而對塵蟎過敏的可能性較高，宜先做皮膚測試確定致敏原。若診斷是對塵蟎過敏，便要盡量減低家居塵蟎的數量，以減少兒童接觸塵蟎的機會。可先由寢具開始，使用防塵蟎枕套及床褥套。

## 床品多以物理或化學處理方法防治塵蟎

一般床上用品所用的布料，由於纖維之間的縫隙較大，微細的塵蟎可自由穿梭布料空隙覓食及繁殖，因此不能防蟎，而防蟎床上用品多採用物理性防蟎原理，例如在織物上壓上膠膜 (laminates)、採用微細纖維 (microfibers) 和以編織 (woven) 或非編織 (non-woven) 方法組成，令纖維間的縫隙或孔洞變得細小，令結構更緊密，以防止塵蟎通過。防蟎產品須完全包裹着床褥或枕頭並以細密的拉鏈合上，尺寸要比包裹的床褥或枕頭略大，以免套用或拆除時因過度拉扯而致撕裂或破損，失去防蟎效用。

部分防蟎床上用品可能以特殊的處理方法，在纖維或織物上加上某些化學物質，例如殺菌劑 (biocides)，以抑制塵蟎生長達至防蟎的效果。

## 防蟎用品未必適宜經常清洗

購買防蟎床上用品要留意產品的清洗方法，例如可否用熱水洗或用乾衣機烘乾。部分防塵蟎床上用品經過多次洗滌後，纖維之間的縫隙可能變得不夠緊密，又或床上用品的殺菌劑減少而影響防塵蟎的效果，若使用的防塵蟎床上用品不適宜經常清洗，可套上日常可用熱水清洗的普通纖維布料作日常護理。

使用防蟎床上用品前，應先用刷子或傳統吸塵機清潔床褥，以清除頭髮及可見的皮屑及塵埃，甚至換上新床褥後才使用。這做法一方面能使藏在床褥或枕頭裏的塵蟎不能自由進出床褥或枕頭，另一方面可防止人體皮屑進入床褥或枕頭裏，內裡的塵蟎沒有食物，便會自然死亡。

## 床褥上吸塵 由低吸力開始

使用吸塵機時，宜配上沒有在地面用過的小型家具吸頭，會吸得較仔細和衛生。若吸塵機的吸力可調節，應從低吸力開始調校至合適水平，尤其是清理表面質料較鬆軟或纖細的床褥時，避免吸力太強扯起或吸實布料。

## 多管齊下減塵蟎

要有效減少家居中的塵蟎，保持家居環境整潔亦十分重要，梁醫生建議可留意以下事項以減少塵埃及塵蟎的數量：

- 定期以濕布或吸塵機保持家居清潔，盡量避免使用乾布、塵拂或掃帚打掃以免塵埃飛揚；
- 每星期以約60°C熱水清洗床單、枕套；
- 天氣晴朗時，將枕頭、被舖或床單置於室外晾曬，有助減少塵蟎。

